保証とアフターサービス（よくお読みください）

保証書について

この商品には保証書を別途添付しております。
保証書は販売店でお渡しいたしますから所定の事項の記入及び記載内容をご確認いただき大切に保管してください。
保証期間はお買い上げ日より1年間です。ただし、実使用時間500時間を超えた場合は有償修理とさせていただきます。
※実使用時間は別紙の累積使用時間の見方・早見表で確認してください。

補修用性能部品の保有期間

当社はこのジョーバの補修用性能部品を製造打ち切り後5年間保有しています。
性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

修理を依頼されるとき

サービスをご依頼される前に、この取扱説明書の14頁に従ってご確認いただき、なお異常がある場合は、ご使用を中止し必ず電源プラグをぬいてからお買い上げの販売店にご依頼ください。

- **保証期間中は**
  お買い上げの販売店まで、品名、品番、お買い上げ日、故障の状況（出来るだけ具体的に）、ご住所、お名前、電話番号、修理ご希望日をご連絡ください。保証の規定に従って販売店が修理させていただきます。
- **保証期間を過ぎているときは**
  お買い上げの販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合は、ご希望により有料修理させていただきます。

地球の環境保護のため、廃棄するときはそのまま放置しないで各自治体の取り決めにしたがってください。

松下電工お客様ご相談窓口のご案内

修理・お手入れ・お取扱い・工事などのご相談は、まずお買い求めの販売店・工事店へお申し付けください。

・転居や贈答品などでお困りの場合は、商品名・品番をご確認の上、下記窓口へ

修理・部品などのご相談は

修理ご相談センター

ナビダイヤル（全国共通番号） 0570-081-365（ハイ 365日）
全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます。
365日／受付9時～20時

ただし、携帯電話・PHS等は下記の電話番号へおかけください。
大阪 ☎06-6906-1090 〒571-8686 大阪府門真市門真1048 松下電工テクノサービス（株）
札幌 ☎011-261-6401㊟ 名古屋 ☎052-551-7900㊟
東京 ☎03-5392-7190㊟ 福岡 ☎092-622-0531㊟

使いかた・お買い物などのご相談

ナショナル パナソニック　お客様ご相談センター

365日／受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 0120-878-365（パナは 365日）
■携帯電話・PHSでのご利用は… 06-6907-1187
FAX フリーダイヤル 0120-878-236

ご注意　・㊟印は大阪へ自動転送になり、拠点から大阪までの転送通信料は弊社負担です。
・所在地、電話番号、受付時間などが変更になることがあります。

0504

ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

松下電工株式会社および松下電工グループ関係会社（以下「当社」）は、お客様よりお知らせいただいたお客様の氏名・住所などの個人情報（以下「個人情報」）を、下記のとおり、お取り扱いします。

1. 当社は、お客様の個人情報を、当社商品のご相談への対応や修理およびその確認などに利用させていただき、これらの目的のためにご相談内容の記録を残すことがあります。
   なお、修理やその確認業務を当社の協力会社に委託する場合、法令に基づく義務の履行または権限の行使のために必要な場合、その他正当な理由がある場合を除き、当社以外の第三者に個人情報を開示・提供いたしません。
2. 当社は、お客様の個人情報を、適切に管理します。
3. お客様の個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきましたご相談窓口にご連絡ください。

松下電工株式会社　ヘルシー・ライフ事業部
〒522-8520 滋賀県彦根市岡町33番地

S.No4

National

保管用
保証書別添

乗馬フィットネス機器

ジョーバ（施設向）

XEU6413

取扱説明書

お買い上げありがとうございました。

- **リハビリテーション等で使用される場合は、必ず医師、理学療法士等の指示のもとお使いください。**
- **ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みのうえ、正しくご使用ください。**
  特に「安全上のご注意」（1～3ページ）は、ご使用前に必ずお読みいただき、安全にお使いください。
- **この取扱説明書は大切に保管してください。**
- **保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を必ずお確かめください。**

安全上のご注意

ご使用の前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

　ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使い頂き、あなたや他の人々へ危害や損害を未然に防止するためのものです。

　また注意事項は、危害や損害の大きさと切迫の程度を明示するために、誤った取り扱いをすると生じることが想定される内容を、「警告」「注意」に区分しています。

いずれも安全に関する重要な内容ですので必ず守ってください。

⚠警告	人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容
⚠注意	人が傷害を負う可能性及び物的損害の発生が想定される内容

絵表示の例

⃠記号は、**禁止**の行為を示しています。
（左図の場合は分解禁止）

●記号は、行為を**強制**したり**指示**したりするものです。
（左図の場合は電源プラグをコンセントから抜く）

※お読みになった後は、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。

⚠警告

必ず守る	●医師の治療を受けているときや下記の人は必ず医師、理学療法士と相談のうえ使用する。 （1）リハビリテーションで使用される人 （2）足腰にしびれがある人（つい間板ヘルニア、せきついすべり症など） （3）妊娠中や生理中の人 （4）心臓病、高血圧症など心臓に障害のある人 （5）呼吸器に障害のある人 （6）変形性関節炎、リューマチ、痛風の人 （7）ペースメーカー等の体内植込型医療用電子機器を使用している人 （8）骨粗しょう症など骨に異常がある人 （9）安静を必要とする人 （10）骨に異常があり、曲がっている人 （11）上記以外でからだに異常を感じている人 ●運動中、からだに異常を感じたときは直ちに使用を中止する。 ●乗り降りするときは転倒防止のため、あぶみに足がひっかからないように注意する。 ●お子様に使わせたり、近くで遊ばせない。 守らないと事故や体調不良を起こすおそれがあります。
	●必ず交流100Vで使用する。 守らないと火災や感電の原因になります。
	●お子様を本品で遊ばせない。 守らないとけがをするおそれがあります。
	●運動中、身体に異常（めまい、冷や汗、吐き気、脈拍の乱れ、どうきなど）を感じたときは、ただちに使用をやめる。 守らないと健康を害するおそれがあります。
禁止	●カバーが破れたり、外れた状態（内部機構が露出）や溶接部が外れかかった状態では使用しない。 事故やけがのおそれがあります。
	●動作中に飛びのったり、飛び降りたりしない。 転倒によるけがのおそれがあります。
	●屋外や浴室付近など湿気の多い場所・水滴がかかる所で使用したり、保管しない。 ●直射日光が当たる場所やストーブの周囲など高温な所で使用したり、保管しない。 感電・漏電・発火の原因となります。
	●電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。 感電・ショート・発火のおそれがあります。
	●電源コードを傷つけたり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったりしない。また重いものを載せたり、はさみ込んだりしない。 火災や感電の原因になります。
	●2人以上が同時に使用したり、使用中に周囲の人が製品及び使用者を押したり引いたりしない。 ●使用中、周囲に人を近づけない。 事故やけがのおそれがあります。
分解禁止	●絶対に分解したり修理・改造はおこなわない。 異常動作をしてけがをするおそれがあります。
水ぬれ禁止	●本体や操作部に水や飲み物をこぼさない。 感電や発火のおそれがあります。

⚠注意

必ず守る

- 運動は1回15分以内にする。
  長時間のご使用は体に負担をかけすぎるおそれがあります。
- 生地の薄いズボンや半ズボンなど、素足が座部に触れるような服装で使わない。
  摩擦によるすり傷の原因となります。
- 皮膚の弱い人、うっ血しやすい人は座部との摩擦に注意する。
  摩擦によるすり傷の原因となります。
- 運動に十分なスペースが確保できる、水平なかたい床の上に設置する。
  守らないと転倒によるけがのおそれがあります。
- 速度は急に上げないでレベル1から徐々に上げる。
  守らないとけがをするおそれがあります。
- プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って引き抜く。
  守らないと感電やショート・発火のおそれがあります。
- 慣れないうちは必ず手すりを持って使用する。
  守らないとけがをするおそれがあります。

禁止

- 日頃、運動していない方は、いきなり激しい運動をしない。
- 飲食後や疲労時、運動直後、または体力の状態が平常でないときは、使用しない。
  健康を害するおそれがあります。
- 飲食したり、他の行為と同時に運動をおこなわない。
- 飲酒した後など感覚が鈍くなっている時は使用しない。
  事故やけがのおそれがあります。

ぬれ手禁止

- ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない。
  感電やけがのおそれがあります。

電源プラグを抜く

- 使用時以外は、電源プラグをコンセントから抜く。
  守らないと絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。
- お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜く。
  守らないと感電ややけどのおそれがあります。
- 動かない場合や、異常を感じたときは使用を中止し、すぐに電源プラグを抜いて点検修理を依頼する。
  守らないと感電や発火のおそれがあります。
- 停電のときは直ちに電源プラグを抜く。
  復帰したとき、事故やけがのおそれがあります。

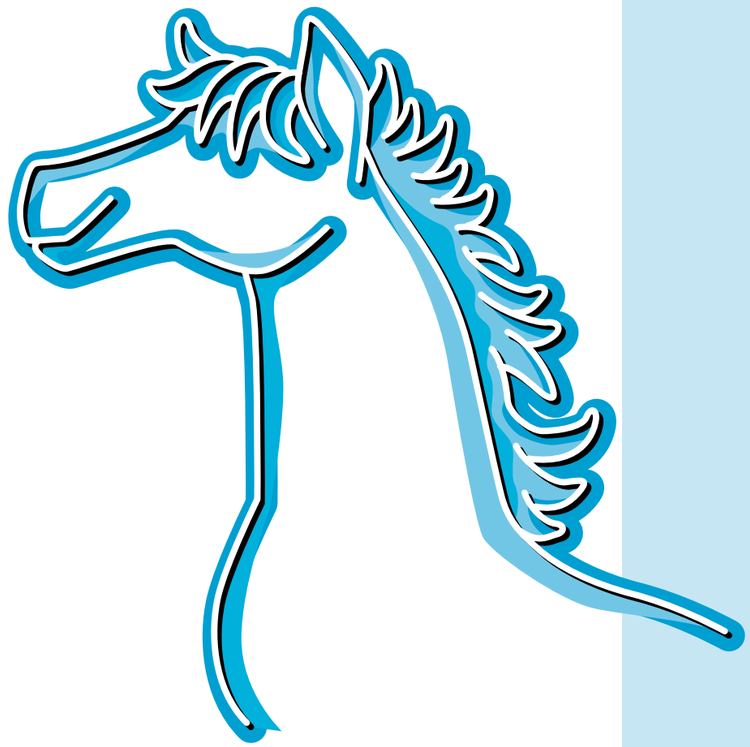
もくじ

ページ

安全上のご注意…… 1
各部のなまえ…… 5
- 本体
- 操作部

手すりの取りつけ方…… 6
設置のしかた…… 7
運動の前・後に…… 8
使いかた…… 8
- ご使用の前に…… 8
- 運動を始める…… 9
- 運動を終わる…… 11

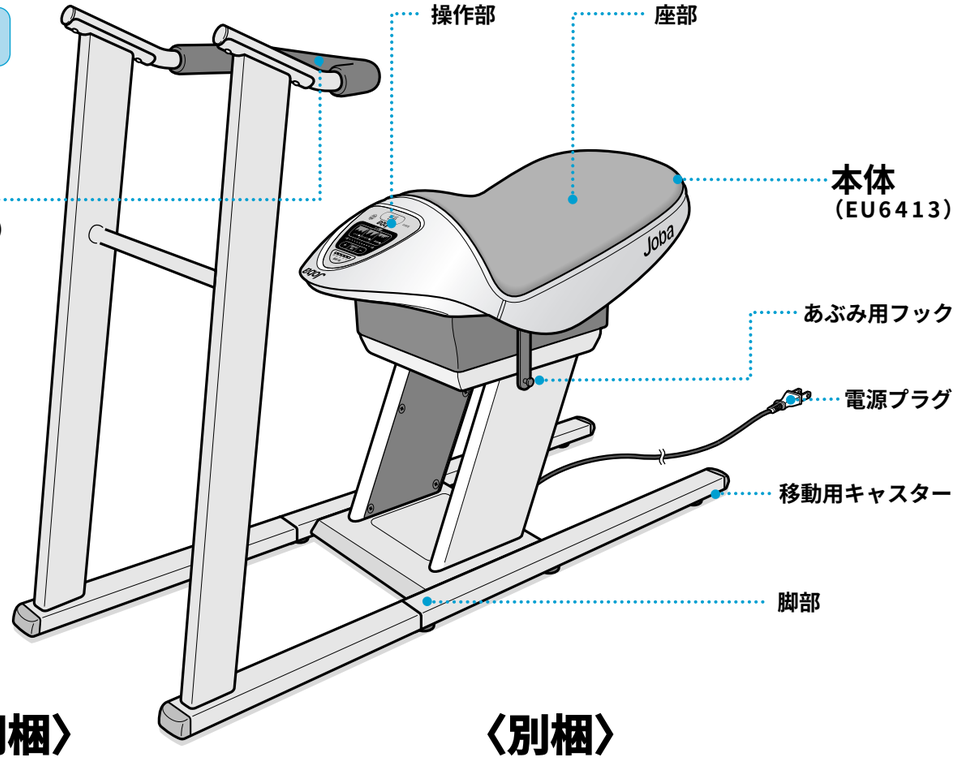
運動時の正しい姿勢…… 12
お手入れ…… 13
おかしいな？と思ったら…… 14
定格・仕様…… 14
保証とアフターサービス…… 裏表紙



各部のなまえ

本 体

（組立図）



〈同梱〉

付　属　品

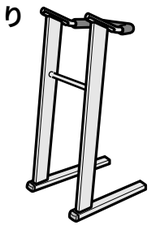
● あぶみ（×2）

● あぶみカバー ● あぶみクッション付

〈別梱〉

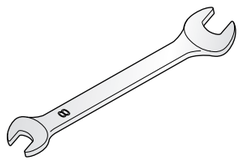
付　属　品（EU64131）

● 手すり

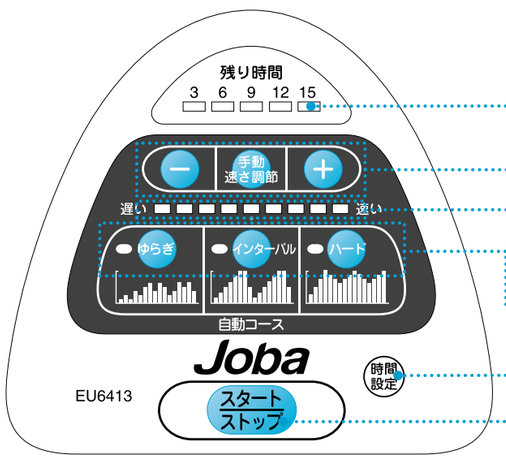


● 手すり用ネジ（×8）

● 工具



操作部



残り時間表示ランプ（P11）

手動ボタン（速度調節）

速度レベル表示ランプ
遅い速度レベル　1〜
速い速度レベル　9

自動コースボタン

時間設定ボタン

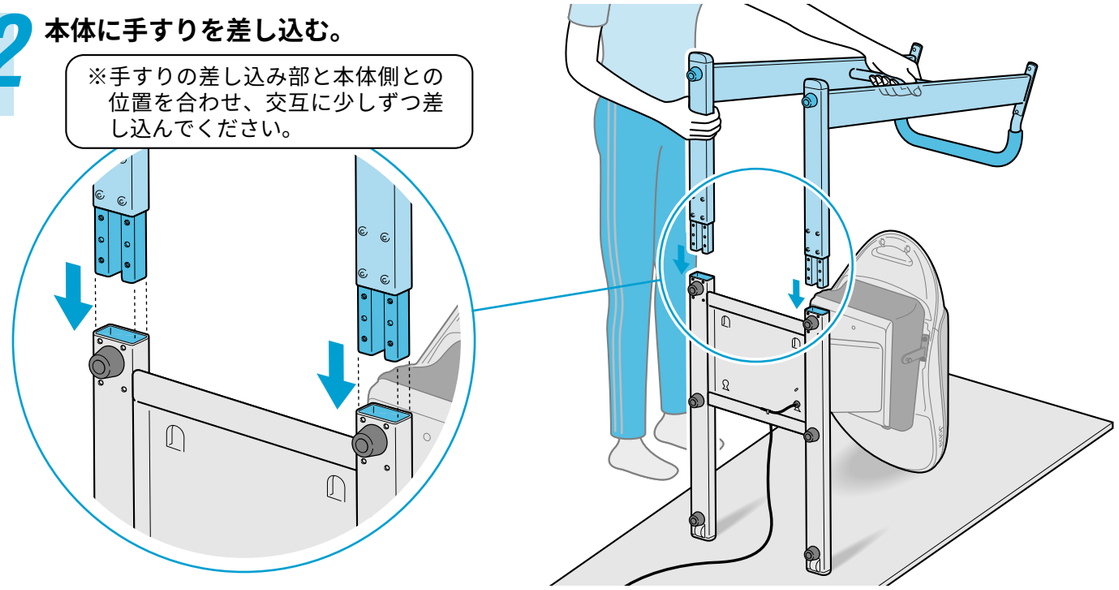
スタート／ストップボタン

手すりの取りつけ方

1 **本体の操作部を上にして立てる。**
※移動用キャスターで滑らないように注意してください。

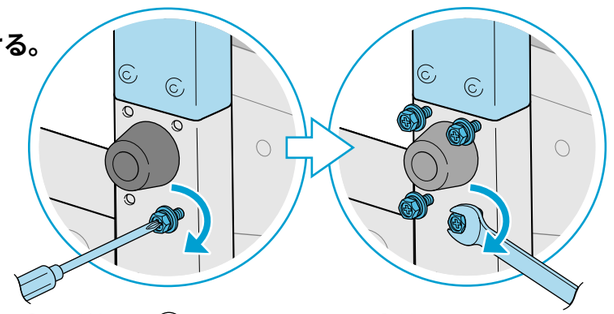
2 **本体に手すりを差し込む。**

※手すりの差し込み部と本体側との位置を合わせ、交互に少しずつ差し込んでください。



3 **手すり用ネジを取りつけ、工具で締めつける。**
（片側4ヶ所、計8ヶ所を必ずかたく締めつけてください。）

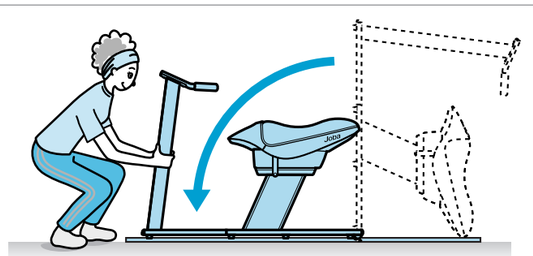
※時々、手すりのガタつきがないか確認してください。ガタつきがあるときは増締めをしてください。



①お手持ちの⊕ドライバーで締めつける。

②付属のスパナでかたく締める。

4 **本体をもどす。**
※手すりで頭や顔などをあてないように注意してください。



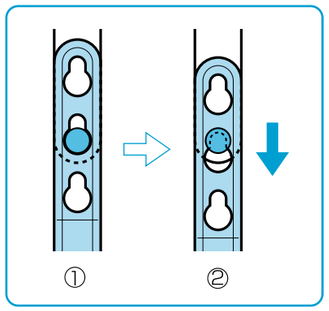
設置のしかた

1 **手すりの脚部をもって、本体を持ち上げ、移動用キャスターをころがしながら移動する。**
※本体の移動後、降ろすとき、手すりで頭や顔などをあてないように注意してください。

お願い

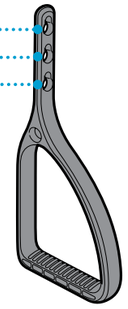
- **手すりの脚部以外は持たないでください。**
- **床にゴム足の跡が残ったり、床に傷が付いたりする場合がありますので市販のマットなどを敷いてお使いください。**

2 **付属のあぶみを取りつける。**
①あぶみをあぶみ用フックに差し込む。
②下におろす。



- **あぶみの取りつけ位置の目安**
あぶみの長さは3段階に調節できます。
身長を目安にして取りつけてください。

身　長	あぶみ長さ
約165～180cm	長
約150～170cm	中
約145～155cm	短

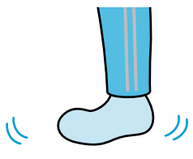


3 **座部に座り、あぶみの長さを確認する。**
あぶみに足を入れ、きゅうくつに感じたときは座部からおりて、再度あぶみの長さを調節してください。

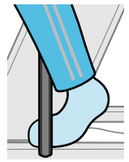
運動効果とあぶみの関係
あぶみ使用と運動効果には下記のような関係があります。

運動効果大 ――――――――――――――― **運動効果小**

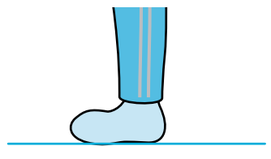
- **あぶみなし、足をうかす**



- **あぶみに足をのせる**



- **あぶみなし、床に足をつける**



※あぶみなしでご使用の場合は、あぶみを取りはずしてください。

運動の前・後に

運動を始める前と終わったあとに、ストレッチ体操をすることをおすすめします。
ストレッチ体操は、筋肉・関節を柔軟にし、バランスを養う効果もあります。
リハビリテーション等で使用される場合は、医師、理学療法士の指示のもと、運動前・後のストレッチ体操をおこなってください。

- **寒い日は念入りにおこなうなど環境に応じたストレッチをしましょう。**
- **運動後のストレッチも筋肉をほぐし、筋肉の疲れを回復させる効果があります。**

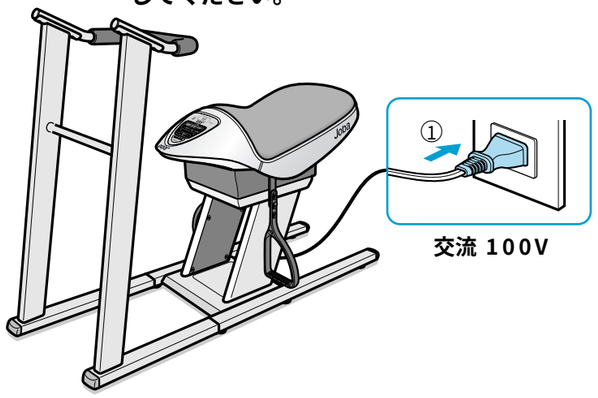
使いかた

ご使用の前に

1 **電源プラグをコンセントに差し込む。**
※差し込んだとき、コンセントの１００Ｖ電圧が電源プラグにかかり火花が出ることがありますが、安全面・品質面とも問題はありません。

お願い

- **くつ下または運動ぐつをはいて運動してください。**



2 **手すりを持って座部に座る。**

お願い

- **乗り降り時、操作部に触れないようにご注意ください。**
- **乗り降り時、あぶみに足をかけないでください。**
- **乗り降り時や運動中にバランスをくずして転倒するおそれのある方は、介助者の補助のもとでおこなってください。**
- **横座りはしないでください。**

⚠注意

- **生地の薄いズボンや半ズボンなど、素足が座部に触れるような服装で使わない。**
摩擦によるすり傷の原因となります。

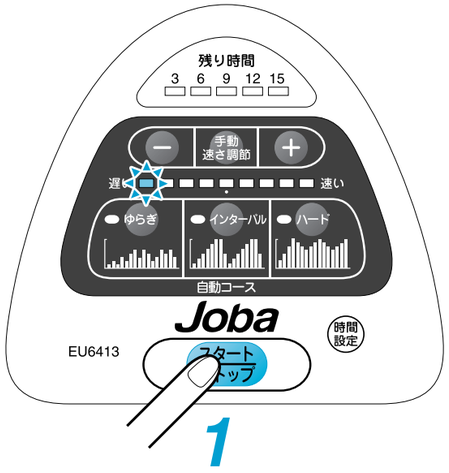
- **服装は肌にやさしい柔らかな生地のものをご着用ください。**
- **薄い生地や堅い生地の服装で使用されますと肌質により、赤くなるおそれがあります。**
- **年齢、体質、肌質など、個人差がありますので自分に合った服装をお選びください。**

運動を始める

※毎日1回の運動を継続することをおすすめします。

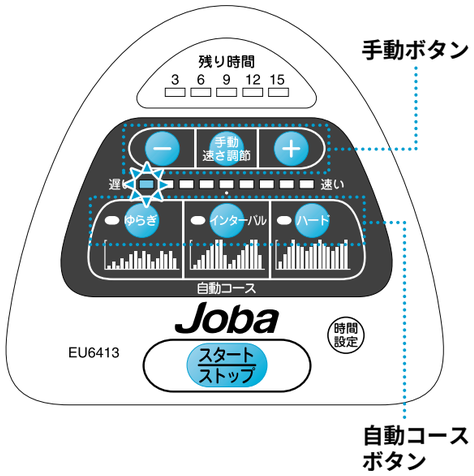
1 スタート/ストップボタンを押す。

- 押すと、速度レベル表示ランプの左端が点灯し、＜手動速さ＞の速度レベル「1」でスタートします。
- 残り時間ランプがすべて点灯します。（11ページ参照）



2 〈手動ボタン〉または〈自動コースボタン〉を押して速度を選ぶ。（10ページ参照）

はじめて使うときは、まず、手動で速度レベルを体感し、自分に合った無理のない速度で運動してください。



⚠警告

- **動作中に飛びのったり、飛び降りたりしない。**
  転倒によるけがのおそれがあります。

お願い

- **運動中に、本体の一方向に体重がかかるような座り方はお避けください。**
  無理な座り方をすると、本体の動作が遅くなり、故障の原因になります。
- **また、極端に重い負荷がかかると、動作が停止する場合があります。**
  （操作部のすべてのランプが点滅し、動作停止）
  その場合は、スタート/ストップボタンを押して点滅を解除してもう一度、スタート/ストップボタンを押すと動きます。
- **15分以上連続して使用すると安全のために保護装置が作動し、動作が停止する場合があります。**
  （操作部のすべてのランプが点滅し、動作停止）

前方向に体重をかける座り方

■〈手動〉〈自動コース〉お好みの運動メニューで運動します

リハビリテーションなどで使用される場合、手動の速度・自動コースの選択、運動時間は医師、理学療法士の指示のもと使用してください。

〈手動〉

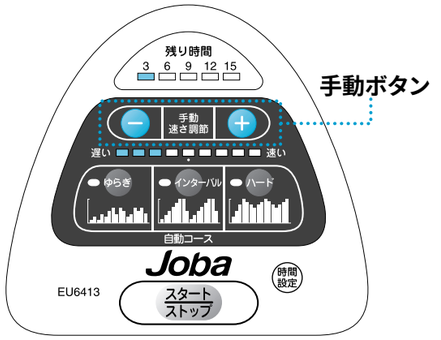
一定の速度で運動ができます。

⊕または⊖ボタンを押し、自分に合った速度で運動する。

- ⊕ボタンを押すと速度が速くなります。
- ⊖ボタンを押すと速度が遅くなります。
- 速度表示について…選択した速度レベルが点灯します。

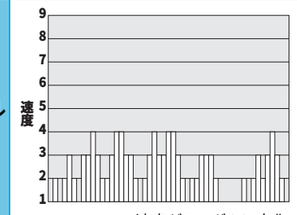
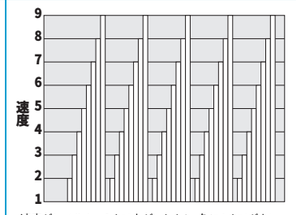
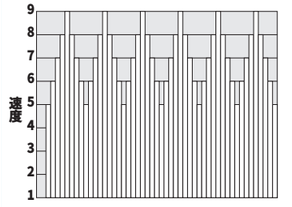
⚠注意

- **速度は急に上げないでレベル1から徐々に上げる。**
  守らないとけがをするおそれがあります。



〈自動コース〉

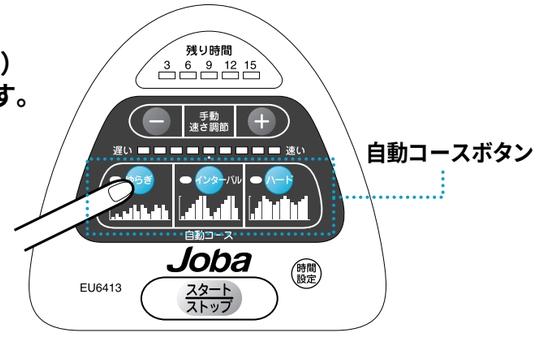
速度を自動的に変化させる3種類のコース（ゆらぎ・インターバル・ハード）から自分に合ったコースを選び、より効果的に楽しく運動できます。

	コース		
	ゆらぎ	インターバル	ハード
速度レベルパターン			
	レベル1～4で、速度がランダムに変化	速度がレベル1～9まで上がったあと、急に1までダウン。	レベル5～9で、速度が順次変化

体力に自信のない方、普段運動していない方は、はじめは「ゆらぎ」で運動してください。
ものたりない方や、より体力増進したい方は体調に合わせて「インターバル」や「ハード」で運動してください。

自動コース（ゆらぎ・インターバル・ハード）の中からお好みのコースのボタンを押します。選択したコースのランプが点灯し動きます。

- 速度表示について…運動時の速度レベルが、速度レベル1から順送りで点滅します。

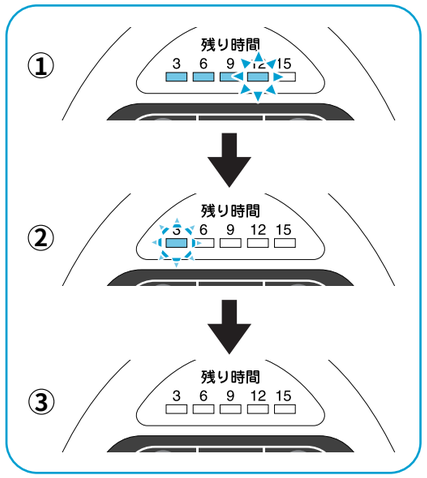


■運転中のメニューの切り替え（〈手動〉←→〈自動コース〉）について

- **〈手動〉から〈自動コース〉への切り替え**
  〈手動〉で運動している途中に自動コースボタンを押すと、
  速度はレベル1まで落ち、その後選択されたコースになります。
- **〈自動コース〉から〈手動〉への切り替え**
  〈自動コース〉で運動している途中に手動ボタンを押すと〈手動〉に切り替わります。
- **〈自動コース〉のコース（ゆらぎ・インターバル・ハード）の切り替え**
  選択したコースの途中で違うコースに変更した場合、速度はレベル1まで落ち、その後選択されたコースを開始します。

■残り時間表示について

運動の残り時間を5つのランプで表示します。
①運動開始後、約3分ごとに、1つずつランプが消えていきます。ランプ表示が変わるときは、該当時間のランプがしばらく点灯した後、点滅を開始します。
②残り時間が約1分になると、ランプが倍の速さで点滅します。
③スタート/ストップを押し運動を始めた後、約15分経つと自動的に停止します。
（**途中でコース選択を変更しても、総運動時間が約15分になると停止します。**
自動コースの途中でも停止します。）



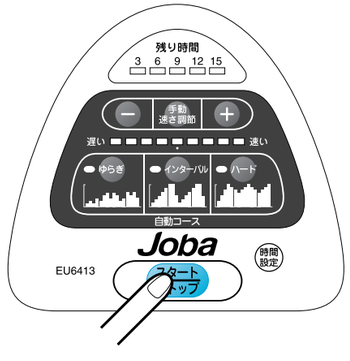
■運動時間の短縮設定について

スタートボタンを押したあと、時間設定ボタンを押して運動時間を短縮できます。
- **時間設定を一度押す**ごとに3分ずつ運動時間が短縮されます。
  〈残り時間表示ランプが1つずつ消えていきます〉
- 残り時間表示ランプが1つになったら、それ以上の短縮はできません。
- 短縮した運動時間を元に戻したいときは一度スタート/ストップボタンを押してジョーバを停止させ、始めからやり直してください。

運動を終わる

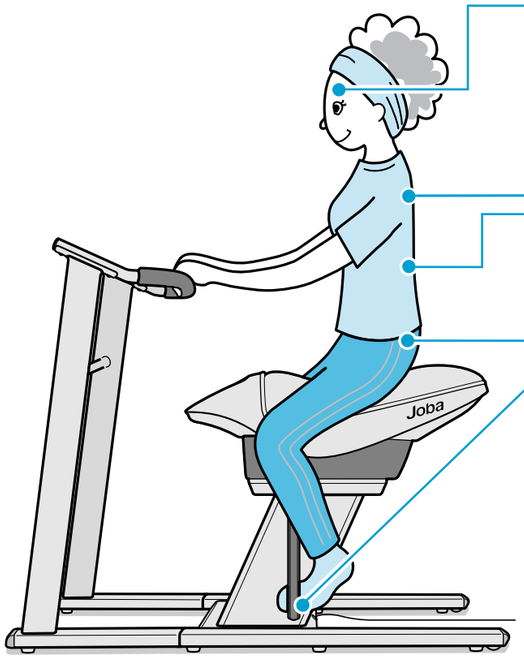
スタート/ストップボタンを押し、運動をはじめた後、約15分で自動的に停止します。
- 時間設定ボタンで運動時間を短縮設定された方は、設定時間に合わせて自動的に停止します。
- 途中で中止したいときは、スタート/ストップボタンを押して停止させてください。

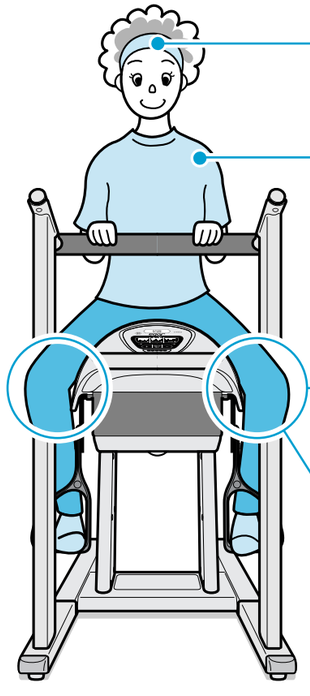
操作部



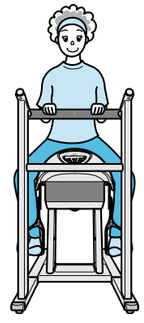
運動時の正しい姿勢

⚠注意
- **慣れないうちは、必ず手すりを持って使用する。**
  守らないとけがをするおそれがあります。

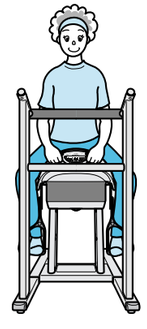




- 慣れないうちは肩の力を抜いて手すりを軽く握る。



- 慣れてきたら手すりから手を放しバランスをとると、運動効果があがります。



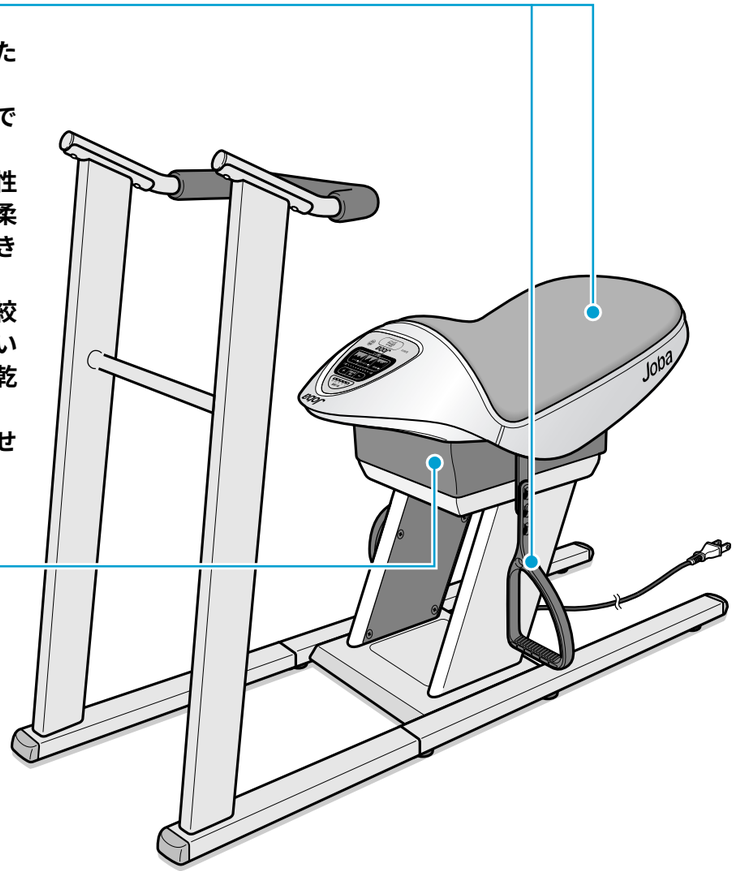
お手入れ

座部・あぶみ部

- 日常のお手入れは柔らかい乾いた布で軽くふいてください。
  （化学ぞうきんなどは使用しないでください。）
  万一汚れたときは、ぬるま湯で中性洗剤を3～5%くらいにうすめ、柔らかい布にひたし、よく絞ってふき取ってください。
  そのあと、水をひたした布をよく絞って中性洗剤をふき取り、柔らかい乾いた布で軽くふいたあと、自然乾燥させてください。
  （ドライヤーなどで急激に乾燥させないでください。）

カバー部

- 乾いた布でふいてください。
  水ぶきはしないでください。



お願い

- ベンジンやシンナー等の溶剤は使わないでください。

⚠注意

- **お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜く。**
  感電のおそれがあります。
- **ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない。**
  感電やけがのおそれがあります。

愛情点検

半年に1回次のようなことを点検してください。

長年ご使用の電気器具の点検を!!

- 電源コードを動かしたときに電気が入ったり、切れたりしませんか。
- 本体・電源プラグ・電源コードがさわれないほど熱くなっていませんか。
- 電源コードにキズはありませんか。
- 異常なにおい（焦げるような）や音が出ていませんか。
- 触ると電気（ビリビリ）を感じることはありませんか。

※異常があれば故障や事故防止のため販売店にご相談ください。

おかしいな？と思ったら

症　状	点検のしかた		参照
スタート／ストップボタンを押してもスタートしない。	●電源プラグがコンセントにしっかりと接続されていますか。	●電源プラグをコンセントにしっかりと接続してください。	8ページ
本体の動作が停止し、操作部のすべてのランプが点滅した。	●極端に重い負荷がかかるようなのり方をしていませんか。	●スタート／ストップボタンを押して点滅を解除してください。	9ページ
	●連続して使用していませんか。モーターが過熱し保護装置が作動している。	●電源プラグをコンセントから抜いて冷却時間をおいてください。（モーター部が冷えれば正常動作に戻ります。）	
本体の動作が早くなったり遅くなったりする。	●本体の一方向に体重がかかるようなのり方をしていませんか。	●正しい姿勢を参考に乗ってください。	12ページ
座部の左右の傾きが異なっているように感じる。	●座部にすわるとき、前後、左右一方向に傾いて乗っていませんか。	●正しい姿勢を参考に乗ってください。	
動作中、音がする。 ●負荷をかけたときの音 モーターのうなり音 駆動部の音（コツコツ音） 歯車のかみあい音 （カタカタ音、ジージー音） ●座部のこすれ音（ギュッギュッ音）		●構造上やむをえず発生するもので機能等に影響はありません。	

点検後なお異常がある → **ただちに使用を中止**

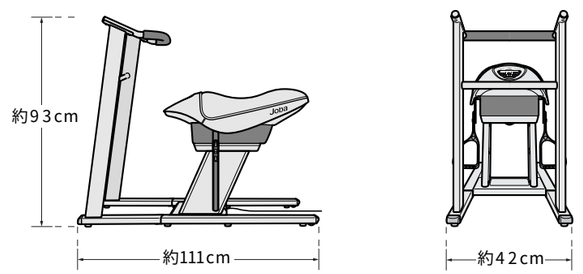
お願い

- このような場合、事故防止のためただちに電源プラグを抜き必ず販売店に点検・修理を依頼してください。

⚠警告

- **絶対に分解したり、修理・改造は行わない。**
  発火したり、異常動作してけがをしたりするおそれがあります。

定格・仕様

品　番	XEU6413	
電　源	AC100V・50/60Hz	
消費電力	標準適応体重のとき	65W
	最大適応体重のとき	85W
質量（重量）	約40kg（手すり付）	
適応身長	約145～180cm	
標準適応体重	75kg	
最大適応体重	100kg	
外形寸法		
速度調節	手動 9段階・自動コース 3種類	
付属品	あぶみ（×2）・手すり・手すり用ネジ（×8）・工具	